SPHÈRE CIRCULATOIRE

HUILE ESSENTIELLE DE PIN SYLVESTRE

Odeur résineuse

- *Pinus sylvestris*
- Famille des Verbenacées
- Partie utilisée : aiguilles

PRÉCAUTIONS D'EMPLOI

- Respecter les doses journalières recommandées et les modes d'utilisation
- Déconseillée chez les femmes enceintes et les jeunes enfants ainsi qu'en cas d'hypertension
- Elle ne peut se substituer à un traitement médical prescrit par votre médecin
- Tenir hors de portée des jeunes enfants

MODE D'EMPLOI

Usage externe :

- Inhalations (grippes, sinusites, bronchites)
- En diffusion, en mélange avec d'autres huiles, pour purifier l'atmosphère

Usage interne :

- 3 à 5 gouttes dans du miel ou dans une tisane, 3 à 4 fois par jour

INDICATIONS

Usage externe :

- Affections pulmonaires
- Grippe, sinusites
- Rhumatismes, goutte (bains)
- Hyperhidrose plantaire

Usage interne :

- Toutes les affections des **voies respiratoires** (rhumes, bronchites, trachéites, pneumonie, asthme, tuberculose...)
- Grippe
- Affections **urinaires** (pyélites, cystites, prostatites inférieures)
- Cholécystites
- **Infections** en général
- **Lithiase biliaire**
- **Impuissance**
- Rachitisme
- Gastralgies, douleurs intestinales

SYNERGIES

Associez avec de l'huile essentielle de lavande
pour les affections respiratoires en inhalation

BIBLIOGRAPHIE

- Teuscher E., Anton R., Lobstein A. *Plantes aromatiques. Épices, aromates, condiments et huiles essentielles.* Éditions Tec & Doc 2005.
- Roumier A. *L'aromathérapie à l'officine : utilisation en dermatologie et cosmétologie.* Thèse d'état de Docteur en Pharmacie. Mai 2011.
- Bruneton J. *Pharmacognosie, phytochimie, Plantes médicinales, Techniques et Documentation.* 3e édition, 1999.